



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
ÁLTALÁNOS ORVOSTUDOMÁNYI KAR

POTECHO: PTE681

BEVEZETÉS A PARASPORTBA

Dr. Dömse Eszter

ortopéd- traumatológus szakorvos
PTE ÁOK Sportmedicina Tanszék

Pécs, 2025..03 10.



1. Alapfogalmak

Fizikai aktivitás: A WHO definíciója szerint fizikai aktivitásnak tekinthető minden olyan testmozgás, mely energiaráfordítást igényel a harántcsíkolt izomzat részéről.

Az egészség és a rendszeres testmozgás közti kapcsolat szerepét hangsúlyozzák az alábbi tények és számadatok⁽¹⁾:

- Az inaktív életmód világszerte a vezető halálokok között szerepel.
- A mozgásszegény életmód kulcsszerepet tölt be a kardiovaszkuláris betegségek, a rosszindulatú daganatok és a cukorbetegség kialakulásában.

Világszerte a fizikai inaktivitás felelős a koszorúér-betegségek 6%-ért, a 2-es típusú cukorbetegség 7%-ért, az emlőtumorok és a vastagbél-daganatok 10%-ért. Összességében az inaktivitás 5,3 millió korai halálozásért tehető felelőssé⁽²⁾

Sport:

Meghatározott célú mindennapos tevékenység, a mindennapoktól különböző környezetben. A francia desport szóból származik, ami szórakozást jelent.

Célja:

- ☐ testedzés
- ☐ versenyzés
- ☐ szórakozás
- ☐ eredmény(ek) elérése
- ☐ képességek fejlesztése



Fogyatékos, csökkent képességű:

Valamilyen testi és/vagy pszichés funkció, struktúra: működésbeli akadályozottsága miatt tevékenységében, cselekvésében, társadalmi/közösségi részvételében akadályozott egyén, aki az állapothoz igazodó sajátos körülményeket, eszközöket, eljárásokat, segítséget igényel.” (Benczúr M.-né)

Típusai: mozgássérült, látássérült, hallássérült, beszédben fogyatékos, értelmi fogyatékos, autizmus, többszörös fogyatékoság.



Parasport:



Csökkent képességgel élők, fogyatékkal élők sportja, az adott sportágnak a csökkent képességgel bíró egyén képességeinek megfelelően adaptált formája. A fogyatékos személyek sportjának középpontjában az egészség megőrzése és a megmaradt képességek fejlesztése áll.

2. Sport pozitív hatásai



2. Sport pozitív hatásai

- pozitív élettani hatások: cardio-vasc., pulm. funkció: nő a vér ox. szállító kapacitása ezáltal nő a munkavégző- és teherbíróképesség
- fejleszti a mozgatószervrendszert, javítja az anyagcserét (csökken koleszterin, testsúly, vc.), az ideg-izom kapcsolatokat
- ellensúlyozza a napi egyoldalú testi-szellemi terhelést
- felfrissít, új energiákat szabadít fel
- pozitív személyiségformáló hatás, önismeret fejlesztő hatás
- kiváló stresszoldó, segíti az érzelmi egyensúly kialakulását



3. Sport pozitív hatásai a fogynatékkal élők számára

3. Sport pozitív hatásai a fogyatékkal élők számára

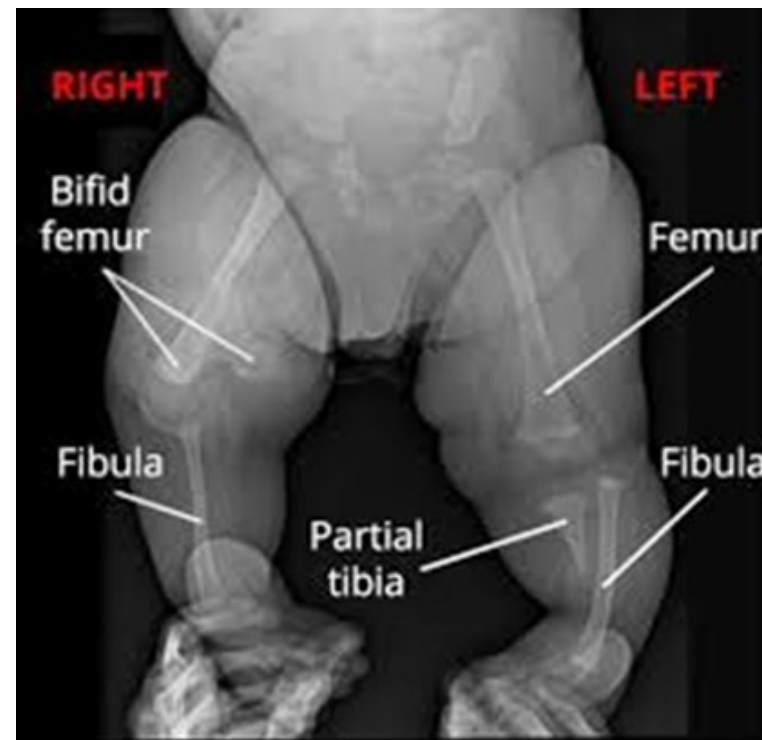
- Pozitív élettani és pszichoszociális hatás
- közösség-élmény, védelmet adó háttér, valahova tartozás élménye
- önértékelés, önbecsülés megszerzésének eszköze
- saját elért teljesítmény iránti büszkeség érzése
- fogyatékoság helyett képességek hangsúlyozása





3. Sport pozitív hatásai a fogyatékkal élők számára

- fokozottabb személyiségfejlesztő szerep
- fejlesztés és oktatás hatékony eszköze
- munka és foglalkoztatás hiányában gyakran az egyetlen, szabadidőt kitöltő értelmes tevékenység
- segít megtanulni és megismerni a
- kitartás jutalmát, a teljesítmény örömét



4. Paralimpia





4. Paralimpia

4.1. Paralimpiai játékok története:

Sir Ludwig Guttman: a parasport alapító atyjaként

- Németországban született, zsidó származású, Angliában élő neurológus-idegsebész, II. vh. alatt kényszerült Angliába szöknie. Megalapította Buckinghamshire Nemzeti Gerincsebészeti Központot –*Stoke Mandeville Hospital*–
- Hitvallása: a mozgásszervi rehabilitáció alapköve a **sport**.
- II. vh-ban harcolt gerincsérült katonák mozgásszervi rehabilitációjában vezette be a különböző sporttevékenységeket állapotukhoz adaptálva.
- Ez volt a Parasport kezdete.



4.1. Paralimpiai játékok története:

Kezdeti óriási terápiás sikeren felbuzdulva a kórházában minden évbe megrendezte az u.n Stokes Mandeville-i játékokat, melyen kerekesszékes háborús veteránok vettek részt.



PARALIMPIA ELŐDJE

**(Parlaplegic Games-
Paralympic Games)**



4. Paralimpia

1960 Róma I. Paralimpiai játékok:

- A StokesMendeville-i Nemzetközi játékokat 1960-ban Rómában rendezték meg, a XVII. Olimpiai Játékokkal egyidőben. Ez volt az első paralimpia–**Mozgássérültek Olimpiájának** nevezték
- cél: társ.-i befogadás, rehabilitáció, magas szintű versenysport
- 23 küldöttség, 400 kerekesszékes sportoló
- Ostia: Gerincsérültek Kp.-ában, XXIII János pápa fogadta audiencián a résztvevőket

1964 Tokió

- építettek olimpiai falut, saját zászló, saját himnusz
- megalakul Mozgássérültek Nemzetközi Szövetsége: Sir Ludwig Guttmann (elnök)

1984 New York, Stoke Mandeville

- A New York-i játékokat az amerikai elnök, Ronald Reagan nyitotta meg. A játékokon 1800 sportoló vett rész. A paralimpiai játékok történetében először a paralimpiai fáklyát az olimpiai lángról, a XXIII. Los Angeles-i Olimpia lángjáról gyújtották meg. Így a két esemény szimbolikusan is összekapcsolódott.



4. Paralimpia

- **2000** A "Milleneumi" XXVII nyári olimpiai játékok helyszínein, 2000.10.18-29. között került megrendezésre a XI. Paralimpiai játékok. (2001 NOB-NPB megállapodás, paralimpia a olimpia után 2 héttel u.an ott és azokba a stadionokban, olimpiai faluban)

2016 Rio de Janeiro

- paralimpián már 162 ország vett részt
- Magyar Paralimpiai Csapat 18 érmet nyert
- magyar közmédia először közvetítette élőben a sporteseményt

2020(2021)Tokió

- Magyar Paralimpiai Csapat az újkori paralimpiák történetének legjobb szereplését érte el.
- (16 éremmel – hét arany, öt ezüst és négy bronz)**





4. Paralimpia

Párizs 2024 XVII. Paralimpia

- 39 fős magyar küldöttség,
- Nem a stadionban volt a megnyitó

Nemzetek	169
Sportolók	4463
Versenyszámok	22 sportág, 549 versenyszám



4. Paralimpia

Párizs 2024 XVII. Paralimpia

- 39 fős magyar küldöttség,

13 sportágban. 15 érem (5 arany-, 6 ezüst- és 4 bronzérem)

- [Konkoly Zsófia](#) (2 arany) úszás
- [Ekler Luca](#) (arany) atlétika, távolugrás
- [Pap Biana](#) (arany) úszás
- [Kiss Péter Pál](#) (arany) kajak
- [Illés Fanni](#) (ezüst) úszás
- [Hajmási Éva](#), [Krajnyák Zsuzsanna](#), [Mező Boglárka](#), [Veres Amarilla](#) (ezüst) női csapat párbajtőr
- [Luterán Petra](#) (ezüst) atlétika
- [Konkoly Zsófia](#) (ezüst) úszás
- Pap Biana (ezüst) úszás
- Ekler Luca (ezüst) atlétika
- [Major Endre](#) (bronz) asztalitenisz
- [Pálos Péter](#) (bronz) asztalitenisz
- Pap Biana (bronz) úszás
- [Szvitacs Alexa](#) (bronz) asztalitenisz

MAGYAR ÉRMESEK A PARALIMPIÁN



Konkoly Zsófia



Ekler Luca



Konkoly Zsófia



Pap Biana



Kiss Péter Pál



Illés Fanni



Veres Amarilla, Krajnyák Zsuzsanna,
Mező Boglárka és Hajmási Éva



Luterán Petra



Konkoly Zsófia



Pap Biana



Ekler Luca



Major Endre



Pálos Péter



Pap Biana



Szvitacs Alexa

Felső végtagi sportsérülések



4.2. Paralimpia Magyar vonatkozása:

- 1903 Nyomorék Gyermekek Országos Otthonában a sportot mint rehabilitációs foglalkozást az orvosok, pedagógusok kezdeményezésére kezdik alkalmazni
- 1929 megalakul a Nyomorékok Sport Egyesülete
- 1945–1970-ig Magyar országon fogyatékkal élőknek lenni egyenlő: persona non gratanak lenni
- 1970 febr. 22: az otthon diákjai, tanárai megalakítják a Halassy Olivér Sport Klub-ot
(lábszár amputált x2-es olimpiai bajnok vízilabdázó, úszó, az épekkel együtt versenyzett élettörténeti film is készült róla a Csodafedezet címmel)
- 1972–2020: kb.200 magyar paralimpiai érem, 31 arany, 49 ezüst, 64 bronz

4 . P a r a l i m p i a

4.2. Paralimpia magyar vonatkozása:

Megjegyzendő (politika-parasport):

- 1976 Torontóban az V. Paralimpiai játékokon vett részt először magyar küldöttség.
- a 12 sportolónak a 3. napon el kellett hagyni a helyszínt a –Magyar Népközt. Kormányának
- a parancsára mert feketék-fehérek nem lehetnek egy csapatban!!
- (Tauber Zoltán asztaliteniszező aranyérem, Oláh József atléta bronzérmet nyert de elvették tőlük)magyar közmédia először közvetítette élőben a sporteseményt



Híres magyar paralimpikonok:



Magyar paralimpiai Bizottság 1997



Magyar Paralimpiai Bizottság első elnöksége



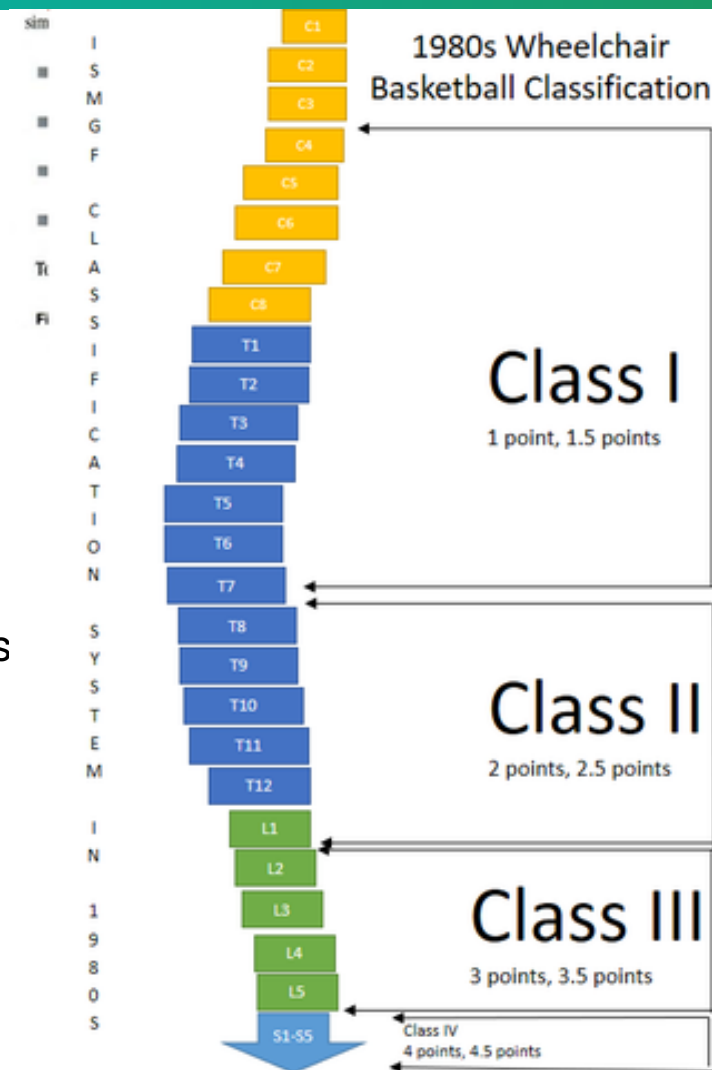
MPN MAGYAR
PARASPORT
február 22. **NAPJA**

5. Paralimpikonok klasszifikációja



5. Paralimpikonok klasszifikációja

- a parasportban a sportteljesítmény mérhetőségének, és a versenyzés során az esélyegyenlőség biztosításának az alapjául, a sportolók klasszifikációja szolgál.
- a klasszifikáció laboratóriumi mérések, orvosi kutatómunka alapján kidolgozott, sportágspecifikus, nemzetközi standardokra épülő a Nemzetközi Paralimpiai Bizottság által szabályozott eljárás.
- sportáganként változó: mozgás-, látás-, és enyhén értelmi sérültek is külön csoportokban versenyeznek.
(úszás 14 kat., mozgássérültek 10 kat., látássérültek 3 kat., enyhén értelmi fogyatékosokat.)



6. A parasport helyzete régióinkban

4.1 Sportolási lehetőségek (eredményes sportegyesületek, sportkörök):

PEAC PARASPORT Szakosztály,

PSN Zrt.

PTE Testnevelés-és Mozgásközpont (lehetőség van gyógytestnevelés végzésére szakember irányításával

4.2. Egészségügyi és tudományos háttér támogatása:

PTE Sportmedicina Tanszék

PTE KK Korai mozgásszervi rehabilitációs Tanszék

4.3. Szociális háttér támogatása

PTE Támogató Szolgálat

Baranya Megyei Mozgáskorlátozottak Egyesülete.....



PTE Sportmedicina Tanszék:

- 2016-ban kezdte működését, a sporttudomány területén jelenleg fellelhető tudásanyagot és a saját kutatásaik eredményeit igyekszik felhasználni az emberi fizikai teljesítmények fokozásához, a sportolók és parasportolók fizikai-és mentális egészségének a megtartása mellett.
- Csapat tagjai: gyógytornász, fizio-, fiziko-és manuáalterápiás szakemberek, ortopéd –traumatológus szakorvosok, sportorvos, sportpszichológus, sportkardiológus
- Parasport támogató szerepe: PEAC Parasport szakosztály egészségügyi és tudományos hátterének a biztosítása

6 . A p a r a s p o r t h e l y z e t e r é g i ó n k b a n (e g y e t e m ü n k ö n)

<https://www.youtube.com/watch?v=Xj7cn9l6zYA>

Sportmedicina Tanszék kooperációimas Intézettekkel:

Klinikai Központ Reumatológiai és Immunológiai Klinika
-Korai mozgásszervi rehabilitációs részleg-

Dr. Varjú Cecilia –egyetemi docens, orvos szakmai igazgatóhelyettes segítségével-

csökkent képességűek mozgásszervi rehabilitációjának része legyen a parasport

PARASPORT=TERÁPIA

PTE Testnevelés-és Mozgásközpont (lehetőség van gyógytestnevelés végzésére szakember irányításával)



PTE Támogató Szolgálat:

- Pécsi Tudományegyetem már 1999 óta kiemelten foglalkozik a speciális nevelésű igényű

hallgatókkal

- Irodavezető : Magdali Csaba

Baranya Megyei Mozgáskorlátozottak Egyesülete:

- BMKE és BMKSZ karöltve tartanak rendszeresen óvódás és iskolás korú gyerekeknek úgynevezett „Esélyórák” nevű foglalkozásokat
- ahol a fogékonyabb korban levő kiskorúakat megismertetik az érzékszervi, mozgásszervi, vagy szellemi fogyatékkal élő embertársaik mindennapjaival,

PTE PEAC ParasportSzakosztály:

- 2015-ben alakult, első sportág volt a csörgőlabda, szakosztályvezető: Hári József
- 2017 nyarán a Lendület SE csatlakozott a szakosztályhoz

Cél: sport+társadalmi integráció segítése

Sportágak: asztalitenisz

vakteke

csörgőlabda

boccia

rolling basket



6. A parasport helyzete régióinkban (egyetemünkön)

PTE PEAC ParasportSzakosztály jeles eredményei:

CSÖRGŐ LABDA

az első sportág volt a Parasport szakosztály megalakulásakor, 2015-ben meg is nyerték a NBII-es bajnokságot 8 fős csapattal





PARA BOCCIA



6. A parasport helyzete régiókban (egyetemünkön)

PTE PEAC Parasport Szakosztály jeles eredményei:

Kerekesszékes Kosárlabda



Együtt kerekebb!
PTE PEAC ROLLING BASKET



6. A parasport helyzete régióinkban (egyetemünkön)





b a n (e g y e t e m ü r



6. A parasport helyzete régióinkban (egyetemünkön)



7. Legfőbb probléma



Nincs utánpótlás!!!



Sportolási lehetőségek (megfelelő sportegyesületek, sportkörök):

1. Egészségügyi és tudományos háttér támogatása

PTE Sportmedicina Tanszék(megfelelő)sportegészségügyi ellátás

PTE KK Korai mozgásszervi rehabilitációs Tanszék

(csökkent képességűek mozgásszervi rehabilitációjának része legyen a parasport)

PARASPORT=TERÁPIA

PARASPORT= egészség megtartása, életminőség javítása

SÉRÜLÉS = életminőség, egészségromlás

2. Sportszakmai háttér: edzők, gyógytornász, pszichológus, dietetikus

3. Szociális háttér :

PTE Támogató Szolgálat

Baranya Megyei Mozgáskorlátozottak Egyesülete



„A mozgás sok mindenre orvosság, de nincs olyan gyógyszer, ami a mozgást helyettesítené”. – görög mondás

KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
ÁLTALÁNOS ORVOSTUDOMÁNYI KAR



Pécs, 2021. szept.20.